

# 暖暖の里 献立表

(株)ミツイ フードサービス部



## 前半

3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)				
ミートオムレツ きんぴらごぼう 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	鮭の塩焼 玉子焼き 刻み桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	焼き麩の玉子とし ウィンナーソテー 昆布佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料				
プリの香味焼き いんげんの甘辛煮 胡瓜と蒸し鶏の酢の物 ご飯 清まし汁 デザート	鶏の生姜焼き わかめの柔らか煮 白菜と梅のサラダ ご飯 味噌汁 デザート	握り・手毬寿司盛合せ 菜の花のお浸し サラダ 清まし汁 デザート				
豚茄子の味噌炒め ほうれん草のおかか和え 金時豆 ご飯 味噌汁	白身魚の野菜あん 挽肉入りひき菜炒り もずくとみかんの酢の物 ご飯 清まし汁	親子煮 切干大根の酢の物 うぐいす豆の甘煮 味噌汁 デザート				
3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)	3月9日(土)	3月10日(日)
白菜と薩摩揚げの煮物 納豆 梅干 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	キャベツとハムのソテー 金山寺味噌 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	鮭のおろし和え 高野豆腐の煮物 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	ソーゼの玉子炒め 切干大根煮 梅びしお ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	アジ塩焼き 味付け海苔 五目豆 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	肉団子のおろし煮 きんぴらごぼう 梅干 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	イワシの梅煮 卵かけご飯ソース 刻み胡瓜漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料
鯖西京焼き さつま芋の天ぷら 落とアリの酢味噌和え ご飯 清まし汁 デザート	サバの味噌煮 焼売 菜花と桜海老の混ぜご飯 けんちん汁 デザート	コロッケの玉子とし スパゲティーサラダ あさりご飯 春雨スープ デザート	鱈とかぶの白だし煮 かぼちゃサラダ ほうれん草のピリナツ和え ご飯 清まし汁 デザート	鶏の甘味噌焼き タマゴサラダ 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 デザート	カレイの煮付 長芋の柚子酢味噌かけ マカロニサラダ ご飯 清まし汁 デザート	アリと塩昆布のバゲタイ さつま芋とベーコンのサラダ 豆腐とかかめのスープ デザート
甘辛肉団子 鮭の煮付 小松菜のごま和え ご飯 味噌汁	豚バラと白菜の煮込み ほうれん草と人参のお浸し シラス納豆 ご飯 味噌汁	プリの甘酢あん はんぺんのずんだ和え 人参の炒め ご飯 味噌汁	肉じゃが わかめの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート	金目鯛の塩焼 卵の花サラダ 小松菜の辛子和え ご飯 清まし汁	和風ハンバーグ 豆腐と葱の玉子とし しば漬け ご飯 味噌汁	海鮮丼 玉子豆腐 清まし汁 デザート
3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)	3月16日(土)	3月17日(日)
ボイルドウィンナー 里芋のそぼろ煮 鯛味噌 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	チーズオムレツ 納豆 刻み胡瓜漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	はんぺんの山葵醤油和え ひじき入り卵焼き 刻み桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	角揚げのそぼろ煮 なめこおろし 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	ホッケの塩焼 なめ茸 味付け海苔 ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	おでん風煮 玉子焼き 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料	目玉焼き 甘辛肉団子 ぶりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト/乳酸飲料
鱈の山椒焼き カブと厚揚げの煮物 メカブの酢の物 ご飯 清まし汁 デザート	和風シチューライス プロッキーと玉子のサラダ 野菜コンソメスープ デザート	プリと里芋の生姜味噌煮 かぼちゃと金時豆のサラダ ほうれん草の海苔和え ご飯 清まし汁 デザート	メンチカツ 春菊の玉子とし 切干の酢の物 ご飯 味噌汁 デザート	鮭の西京味噌焼き コロッケ トマトシーザーサラダ ご飯 清まし汁 デザート	玉子と豆腐の中華丼 竹輪とかんもの煮物 ほうれん草のごま和え ご飯 味噌汁 デザート	豚汁うどん 焼売 野沢菜漬 デザート
鶏大根 マカロニサラダ シラスおろし ご飯 味噌汁	鱈の煮付 胡瓜とツナの酢の物 昆布豆 ご飯 清まし汁	すき焼き風煮 コシともやしのごまサラダ 温泉卵 ご飯 味噌汁	赤魚の煮付 あんかけ焼売 茄子の生姜醤油和え ご飯 清まし汁	肉豆腐 花五目玉子巻 素麺とハムのサラダ ご飯 味噌汁	鯰の照焼き 大根と薩摩揚げの煮物 アスパラの塩炒め ご飯 清まし汁	豚の角煮 プロッキーとコーンの玉子サラダ ひよこ豆の甘煮 ご飯 味噌汁

食材の入荷状況等により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。